

参加者募集
定員30名

MS&AD

あいおいニッセイ同和損保

Institute of
SCIENCE TOKYO

“カムカム”で

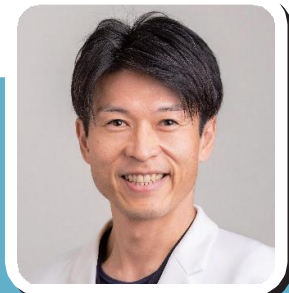
フレイル・オーラルフレイル予防 カムカム健康プログラム教室 in 宮崎市

おいしく! 楽しく! フレイル予防

口から始まる健康生活

- ➡ 口腔機能が低下すると、フレイルや要介護状態になりやすくなるだけでなく、好きなものやおいしいものも食べ続けることができなくなります。
- ➡ “おいしく” “楽しく” 「口の健康」「栄養」「社会参加」の複合的アプローチが可能なカムカム健康プログラム教室に参加しませんか?

<講師紹介>



東京科学大学
松尾 浩一郎 先生

※第1、6回目

What'sカムカム健康プログラム?

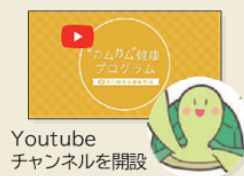
- 6か月間、月に1回、集まってお楽しみ、「よく噛む」をコンセプトにした「カムカム弁当」を食べながら、講師の先生や市職員の講話を受講していただきます。
- LINEアプリ上で、動画で学んだり、AIに相談をしたり、参加者同士で交流することで、楽しみながら取組を続けていただけます。



カムカム弁当(イメージ写真)



カムカムアプリ



Youtube
チャンネル開設



※本事業は国立研究開発法人日本医療研究開発機構の事業に採択され、国の支援を受けながら進める研究事業です。

日程 (全6回)

- | | | |
|---|----------|-------------|
| ① | 7/3(木) | 11:00~13:00 |
| ② | 8/7(木) | 12:00~13:00 |
| ③ | 9/11(木) | 12:00~13:00 |
| ④ | 10/9(木) | 12:00~13:00 |
| ⑤ | 11/13(木) | 12:00~13:00 |
| ⑥ | 12/11(木) | 11:00~13:00 |

参加条件

- ①65歳以上の市民
(食物アレルギーのない方)
- ②スマートフォン所有者
(LINEアプリを利用します)
- ③6回すべて参加でき、
研究にご協力できる方

※スマートフォンの操作に不安のある方は
ご相談ください。

申込み

5/1(木)から5/30(金)まで [定員になりましたら締切ります]
右の二次元コードまたは電話で受け付けます。
[申込先] 宮崎市郡歯科医師会 0985-41-8241

会場

宮崎県歯科医師会館 4階ホール (宮崎市清水1-12-2)

駐車場

台数に限りがありますので、できる限り乗り合わせでのご来場にご協力をお願いいたします。満車の場合は近隣の有料駐車場をご利用ください。

実施主体

東京科学大学、あいおいニッセイ同和損害保険、宮崎市郡歯科医師会、宮崎市
※宮崎市とあいおいニッセイ同和損保は包括的連携協定を締結し、市民のフレイル予防に取り組んでいます。



申込みはこちら

問合先

宮崎市地域保健課 Tel:0985-82-6651